

Harden Not Your Heart

By Elder Christopher H. Kim
Of the Seventy

Nie zatwardzajcie serc waszych

Starszy Christopher H. Kim
Siedemdziesiąty

April 2025 general conference

If we sincerely repent, humble ourselves, and trust and rely on the Lord, our hearts will be softened.

Jeśli szczerze odpokutujemy, ukorzymy się, zaufamy Panu i będziemy na Nim polegać, nasze serca zmiękną.

The Restoration of the gospel of Jesus Christ began when God the Father and His Beloved Son appeared to the young Joseph Smith, answering his humble prayer. As part of the Restoration, Joseph Smith translated an ancient record by the gift and the power of God. This record contains “God’s dealings with ancient inhabitants of the Americas and contains the fulness of the everlasting gospel.”

When I was a young boy, as I read the Book of Mormon, I often wondered why Laman and Lemuel did not believe the truths that were given to them, even when an angel of the Lord appeared and spoke to them directly. Why couldn’t Laman and Lemuel be more humble and obedient to the teachings of their father, Lehi, and their younger brother Nephi?

I found one of the answers to this question in 1 Nephi, which states that Nephi was “grieved because of the hardness of their hearts.” Nephi asked his older brothers, “How is it that ye are so hard in your hearts, and so blind in your minds?”

What does it mean to have a hardness of heart?

The Korean translation of “hardness” in the Book of Mormon is (Wan-Aak:). This phrase uses the Chinese character “Wan” (), meaning “stubborn,” and “Aak” (), meaning “wicked.” When we harden our hearts, we are blinded, and good things cannot come into our hearts or our minds. We become stubborn and begin to

Przywrócenie ewangelii Jezusa Chrystusa rozpoczęło się, kiedy Bóg Ojciec i Jego Umiłowany Syn ukazali się młodemu Józefowi Smithowi, odpowiadając na jego pokorną modlitwę. W ramach Przywrócenia Józef Smith darem i mocą Boga przetłumaczył starodawny zapis. Zawiera on historię tego, „jak Bóg postępował z pradownymi mieszkańcami kontynentów amerykańskich, i zawiera pełnię wiecznej ewangelii”.

Będąc małym chłopcem, często zastanawiałem się, kiedy czytałem Księgę Mormona, dlaczego Laman i Lemuel nie wierzyli w prawdy, które były im przekazane, choć ukazał im się anioł Pana i bezpośrednio do nich przemówił. Dlaczego Laman i Lemuel nie mogli wykazać się większą pokorą i posłuszeństwem wobec nauk ich ojca, Lehi, oraz ich młodszego brata, Nefiego?

Jedną z odpowiedzi na to pytanie znalazłem w I Księdze Nefiego, która podaje, że Nefi „[bolał] nad zatwardziałością ich serc”. Nefi zapytał swoich starszych braci: „Jak to się dzieje, że [...] macie tak twarde serca, a wasze umysły są tak zaślepione?”

Co to znaczy mieć zatwardziane serce?

Koreańskie tłumaczenie słowa „zatwardziałość” w Księdze Mormona to (wym.: Łan-Aak:). Wyrażenie to zawiera chiński znak „Łan” (), oznaczający „uparty”, i „Aak” (), oznaczający „niegodziwy”. Kiedy znieczulamy nasze serca, jesteśmy zaślepieni, a dobre rzeczy nie mogą za gościć w naszych sercach ani umysłach. Stajemy

place more focus on worldly desires, closing our hearts to the things of God. We choose to focus solely on our own thoughts while not accepting the opinions and guidance of others. We choose to not open our hearts to the things of God but instead to the influence of the things of the world and the adversary. When our hearts are hardened, we resist the influence of the Holy Ghost. We are “slow to remember the Lord,” and over time we become “past feeling” His words.

Alma taught the people in Ammonihah that some “would reject the Spirit of God on account of the hardness of their hearts.” He also taught that “they that will harden their hearts, to them is given the lesser portion of the word until they know nothing concerning his mysteries.” Eventually, the Spirit withdraws, and the Lord “will take away [His] word” from those who have hardened their hearts just like Laman and Lemuel. Because Laman and Lemuel continually hardened their hearts, resisted the feelings of the Holy Ghost, and chose not to accept the words and teachings of their father and Nephi, they ultimately rejected eternal truths from God.

In contrast to Laman and Lemuel, Nephi continually humbled himself, seeking guidance from the Spirit of the Lord. In return, the Lord softened Nephi’s heart. Nephi shares that he “did cry unto the Lord; and behold he did visit me, and did soften my heart that I did believe all the words which had been spoken by my father.” The Lord helped Nephi to accept, understand, and believe all the mysteries of God and His words. Nephi was able to have the constant companionship of the Holy Ghost.

What can we do to not harden our hearts?

First, we can practice daily repentance.

Our Savior taught, “Whoso repenteth and cometh unto me as a little child, him will I receive.” Our beloved prophet, President Russell M. Nelson, taught:

“Repenting is the key to progress. Pure faith keeps us moving forward on the covenant path.

“Please do not fear or delay repenting. Satan delights in your misery. ... Start today to experience the joy of putting off the natural man. The Savior loves us always but especially when we repent.”

się uparci i zaczynamy bardziej skupiać się na światowych pragnieniach, zamykając nasze serca na sprawy Boże. Decydujemy się skupiać wyłącznie na własnych myślach, nie przyjmując opinii i wskazówek od innych ludzi. Decydujemy, że nie będziemy otwierać naszych serc na sprawy Boże, ale raczej na wpływ spraw tego świata i przeciwnika. Kiedy nasze serca są zatwardziałe, opieramy się wpływowi Ducha Świętego. „[Ociągamy] się z pamiętaniem o Panu” i z czasem „nie [odczuwamy]” już Jego słów.

Alma nauczał ludzi w Ammonihah, że niektórzy „[odrzucą] Ducha Bożego z powodu zatwardziałości swych serc”. Nauczał także, że „ci, którzy znieczulają swe serca, otrzymują coraz mniejszą część słowa, aż nie wiedzą nic o Jego tajemnicach”. Z czasem Duch wycofuje się, a Pan „[odbiera Swoje] słowo” tym, którzy znieczulili swe serca, tak jak Laman i Lemuel. Ponieważ Laman i Lemuel nieustannie znieczulali swoje serca, opierali się uczuciom Ducha Świętego i zdecydowali się nie przyjmować słów i nauk swojego ojca i Nefiego, ostatecznie odrzucili wieczne prawdy pochodzące od Boga.

W przeciwieństwie do Lamana i Lemuela, Nefi nieustannie korzył się, szukając przewodnictwa Ducha Pana. W zamian Pan zmiękczył serce Nefiego. Nefi mówi: „Wołałem do Pana; i oto nawiedził mnie On, i zmiękczył moje serce, że uwierzyłem we wszystkie słowa wypowiedziane przez mojego ojca”. Pan pomógł Nefiemu przyjąć, zrozumieć i uwierzyć we wszystkie tajemnice Boga i Jego słowa. Nefi cieszył się stałym towarzystwem Ducha Świętego.

Co możemy zrobić, aby zmiękczyć nasze serca?

Po pierwsze, możemy praktykować codzienną pokutę.

Nasz Zbawiciel nauczał: „Kto odpokutuje i przyjdzie do mnie jak małe dziecko, przyjmę go”. Nasz ukochany prorok, Prezydent Russell M. Nelson, nauczał:

„Pokuta to kluczem do postępu. Nieskalana wiara sprawia, że poruszamy się naprzód po ścieżce przymierza.

Proszę, nie lękajcie się ani nie zwlekajcie z pokutą [...]. Szatan lubuje się w waszym nieszczęściu [...]. Zaczynajcie od dzisiaj doświadczać radości, jaka płynie z odsunięcia naturalnego człowieka. Zbawiciel kocha nas zawsze, a jeszcze

As we experience the joy of softening our hearts and coming to the Lord, we become “as a child, submissive, meek, humble, patient, full of love, willing to submit to all things which the Lord seeth fit to inflict upon him, even as a child doth submit to his father.”

Second, we can practice humility.

Daily repentance will bring humility to our hearts. We want to become humble before the Lord, like a little child who obeys their father. We will then always have the Holy Spirit with us, and our hearts will soften.

My wife, Sue, and I have known a wonderful couple for the last four years. When we initially met them, the husband was a new member of the Church, and his wife was meeting with the missionaries to study the gospel. Many missionaries met with her to help her come unto Christ. We felt that she had a vibrant testimony of the gospel and knew that the Church was true. She felt the Spirit often during our visits and actively participated in all the meetings. She loved to interact with the wonderful members of the ward. However, she found it difficult to commit herself to enter the waters of baptism. One day she was reading Moroni 7:43–44, which reads:

“And again, behold I say unto you that he cannot have faith and hope, save he shall be meek, and lowly of heart.

“If so, [your] faith and hope is vain, for none is acceptable before God, save the meek and lowly in heart.”

After reading these verses, she realized what she needed to do. She thought that she had understood the meaning of being meek and humble. However, her understanding was not sufficient enough to have faith and hope to obey the commandments of God. She had to let go of her stubbornness and her own wisdom. She started to humble herself through sincere repentance. She began to understand humility in the perspective of God’s eyes. She relied on Heavenly Father and prayed to soften her own heart. Through these prayers, she felt the Spirit witness to her that Heavenly Father wanted her to be baptized.

Both husband and wife shared that the more they became humble, the more they could understand the words of God, and their hearts were softened to follow the teachings of our Lord Jesus

gólniewtedy, gdy dokonujemy pokuty”.

Kiedy doświadczamy radości wynikającej ze zmiękczenia naszego serca i przychodzenia do Pana, stajemy się „jak dziecko, [ulegli, łagodni, pokorni, cierpliwi, pełni miłości, skłonni] do poddania się wszystkiemu, co Pan uważa za stosowne na [nas] nałożyć, tak jak dziecko poddaje się woli swego ojca”.

Po drugie, możemy praktykować pokorę.

Codzienna pokuta wniesie pokorę do naszych serc. Pragniemy stać się pokorni przed Panem, jak małe dziecko, które jest posłuszne ojcu. Wtedy będziemy zawsze mieć ze sobą Ducha Świętego, a nasze serca zmiękną.

Od czterech lat moja żona, Sue, i ja znamy pewną wspaniałą parę. Kiedy ją poznaliśmy, mąż był nowym członkiem Kościoła, a jego żona spotykała się z misjonarzami, aby studiować ewangelię. Wielu misjonarzy spotykało się z nią, aby pomóc jej przyjść do Chrystusa. Czuliśmy, że tryska świadectwem o ewangelii i wie, że Kościół jest prawdziwy. Często odczuwała Ducha podczas naszych wizyt i aktywnie uczestniczyła we wszystkich spotkaniach. Uwielbiała kontakty ze wspaniałymi członkami okręgu. Trudno jej było jednak zobowiązać się do wejścia w wody chrztu. Pewnego dnia czytała Ks. Moroniego 7:43–44, gdzie napisano:

„I znowu oto mówię wam, że nie [możecie] mieć [...] wiary i nadziei, nie będąc łagodnym i pokornego serca.

Jeśli tak jest, to [wasza] wiara [i nadzieja] jest na próżno, albowiem nikt taki nie może być przyjęty przez Boga, a jedynie ci, którzy są łagodni i pokornego serca”.

Po przeczytaniu tych wersetów zdała sobie sprawę, co musi zrobić. Wydawało jej się, że już rozumiała znaczenie bycia łagodnym i pokornym. Jednak jej zrozumienie nie było wystarczające, aby mieć wiarę i nadzieję, żeby przestrzegać przykazań Boga. Musiała porzucić swój upór i poleganie na własnej mądrości. Zaczęła nabierać pokory poprzez szczerą pokutę. Zaczęła rozumieć pokorę z perspektywy Boga. Polegała na Ojcu Niebieskim i modliła się o zmiękczenie własnego serca. Dzięki tym modlitwom poczuła, że Duch świadczy jej, że Ojciec Niebieski pragnie, aby została ochrzczona.

Zarówno mąż, jak i żona, mówili, że im bardziej stawali się pokorni, tym lepiej rozumieli słowa Boga, a ich serca miękły, umożliwiając im podążanie za naukami naszego Pana Jezusa

Christ.

Third, we can trust and rely on our Savior.

Nephi was a great example of allowing his heart to be softened by trusting in the Lord. He taught, “I have trusted in thee, and I will trust in thee forever. I will not put my trust in the arm of flesh.” Similarly, in a revelation given to the Prophet Joseph Smith, the Lord said, “Put your trust in that Spirit which leadeth to do good—yea, to do justly, to walk humbly.” When we put our trust in the Lord and rely on Him, He will soften our hearts, and we will be supported in our trials, troubles, and afflictions.

If we sincerely repent, humble ourselves, and trust and rely on the Lord, our hearts will be softened. He will then pour out His Spirit and show us the mysteries of heaven. We will believe all the words that He has taught, and our understanding will deepen.

Our Savior, Jesus Christ, was the ultimate example of meekness. In 2 Nephi 31:7, we read, “But notwithstanding he being holy, he showeth unto the children of men that, according to the flesh he humbleth himself before the Father, and witnesseth unto the Father that he would be obedient unto him in keeping his commandments.” Even though He was holy and perfect, He humbled Himself before the Father and was obedient to Him by being baptized.

At the end of His mortal life, Jesus Christ submitted His own will to His Father by partaking of the bitter cup. This suffering caused Him “to tremble because of pain, and to bleed at every pore, and to suffer both body and spirit.” The Savior asked that He “might not drink the bitter cup, and shrink.” “Nevertheless,” He said, “glory be to the Father, and [He] partook and finished [His] preparations unto the children of men.”

Brothers and sisters, we’ve been given moral agency. We can choose to harden our hearts, or we can choose to soften our hearts. In our daily lives, we can choose to do the things that invite the Lord’s Spirit to come into and dwell in our hearts. I know that in these choices, there is peace and joy.

Let us follow the example of our Savior, Jesus Christ, who followed the will of the Father. As we do so, the Lord has promised us, “For, behold, I will gather them as a hen gathereth her chickens under her wings, if they will not harden their

Chrystusa.

Po trzecie, możemy ufać naszemu Zbawicielowi i polegać na Nim.

Nefi był wspaniałym przykładem tego, jak pozwolić własnemu sercu mięknąć poprzez zaufanie Panu. Nauczał: „O Panie, Tobie zaufałem i będę Ci ufał na wieki. Nie będę ufał ramieniu z ciała”. Podobnie Pan powiedział w objawieniu danym Prorokowi Józefowi Smithowi: „Zaufaj temu Duchowi, który wiedzie do czynienia dobra — zaiste, do czynienia sprawiedliwości, pokornego postępowania”. Kiedy będziemy pokładać zaufanie w Panu i będziemy na Nim polegać, On zmiękczy nasze serca i otrzymamy wsparcie w naszych próbach, kłopotach i niedoli.

Jeśli szczerze odpokutujemy, ukorzymy się, zaufamy Panu i będziemy na Nim polegać, nasze serca zmiękną. Wówczas wyleje On na nas Swojego Ducha i ukaże nam tajemnice niebios. Uwierzymy we wszystkie słowa, których nauczał, a nasze zrozumienie się pogłębi.

Nasz Zbawiciel, Jezus Chrystus, był najlepszym przykładem uległości. W II Ks. Nefiego 31:7 czytamy: „Jednak mimo że był święty, pokazuje dzieciom ludzkim, że według ciała korzy się przed Ojcem i świadczy Ojcu, że będzie Mu posłuszny w przestrzeganiu Jego przykazań”. Chociaż był święty i doskonały, ukorzył się przed Ojcem i był Mu posłuszny, przyjmując chrzest.

Pod koniec Swojego doczesnego życia Jezus Chrystus poddał Swoją wolę Ojcu, wypijając kielich goryczy. To cierpienie sprawiło, że „[drżał] z bólu [...] i [krwawił] ze wszystkich porów, i [cierpiał] w ciele i duchu”. Zbawiciel prosił, aby „nie musiał wypić kielicha goryczy i [aby] mógł się cofnąć”. „Jednakże” — powiedział — „chwała niech będzie Ojcu, i skosztowałem, i ukończyłem swe przygotowania dla dzieci ludzkich”.

Bracia i siostry, dano nam moralną wolną wolę. Możemy zdecydować, czy znieczulimy nasze serca czy też je zmiękczymy. W naszym codziennym życiu możemy dokonywać wyborów, które zapraszają Ducha Pana, aby wszedł do naszych serc i zamieszkał w nich. Wiem, że w tych wyborach tkwi spokój i radość.

Bierzemy przykład z naszego Zbawiciela, Jezusa Chrystusa, który był posłuszny woli Ojca. Gdy będziemy tak czynić, Pan obiecuje nam: „Oto bowiem zgromadzę ich, jak kokosz gromadzi pod skrzydła swe pisklęta, jeśli nie znieczulą

hearts.”In the name of Jesus Christ, amen.

swych serc”. W imię Jezusa Chrystusa, amen.